

吉祥寺千賀整形外科

内覧会資料




リハビリテーション科
理学療法士



リハビリテーションとは？

身体的
精神的
社会的

最も適した生活水準の達成を目標とする



一人ひとりの人生を変えていくことを目指していく

身体障害・機能回復
環境・社会への適応
達成感・満足感の獲得



理学療法士とは？

➡ リハビリテーションの専門家です！

怪我・病気により、様々な動きや生活が不自由になってしまった

国家資格です！

運動療法をはじめとした各種の治療、身の回りの動作や家庭での生活指導などを行います

理学療法士が関わる場所

<p>医療</p>  <p>病院・診療所</p>	<p>福祉</p>  <p>在宅リハビリ 集団体操</p>	<p>健康</p>  <p>スポーツ現場</p>
--	--	--

様々な場所でお仕事をさせていただいています

このような時・・・

腰が痛い





楽になった！

マッサージ
骨盤矯正

数日後・・・

気持ちいい

また痛いな・・・

当院の治療の流れ

腰が痛い

レントゲン撮影

注射・薬の処方
リハビリ処方

医師による医学的診断

医師の問診・評価







当院の治療の流れ

腰が痛い

姿勢や運動、日常習慣の指導

運動療法

数か月後...

腰の痛みがなくなった

体の状態を評価

効果には個人差があります

どのような事を行うの？

物理療法

身体の調整

筋カトレーニング

姿勢の修正

動作の指導

どのような事を行うの？

TRXの指導

常に揺れ動き、不安定な運動のために、コア(体幹)に負荷を与えつつ、体全体をバランスよく鍛えていきます。

⇒筋力、協調性の向上

様々な姿勢、運動強度で行えます。

⇒スポーツ選手からお年寄りまで安全にご利用出来ます。

どのような事を行うの？

インソールの作成

個々人の足部に合わせてインソールを作成し、足部・足趾の骨格の歪みを修正します

⇒痛みの軽減や姿勢・歩行等の動作を変化させます

⇒足だけでなく、膝や腰など体全体のバランスを整えていきます

どのような人がリハビリを受けられますか？

骨・関節・筋肉等の整形疾患

現在入院中の方

- 退院後のリハビリ

猫背でいつも頸が痛い

- 頸肩腕症候群

ケガが多いスポーツ選手

- 野球肩(肘)、腰椎分離症、ジャンパー膝

転倒やつまずきが多い

- 運動器不安定症、各種関節疾患

脳血管障害

- 退院後のリハビリ

変形性関節症、椎間板ヘルニア、炎症、骨折、リウマチ等による痛み

できなくて困っている... → 楽にできるようにする！

千賀整形外科のリハビリ

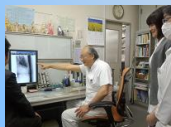
- 常勤の理学療法士5人が個別にリハビリを行わせていただきます！
- 日々、医学・リハビリの勉強をして研鑽を重ねて参ります！

明るく、元気にリハビリを行っていきます！

リハビリを受けるまでの流れ



診察・問診



レントゲン・評価

基本的には1回20分で行います。頻度は状況に応じて指示致します



リハビリ開始

医師の処方に基づいてリハビリを行いますので、状況によっては受けられない事があります

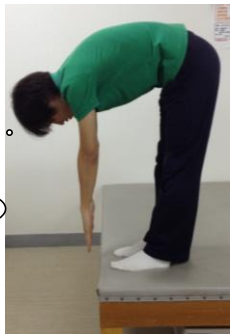
理学療法体験

～立位体前屈～

立位体前屈

手はどこまで届きますか？

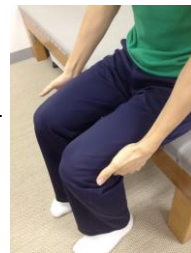
このくらいまでしか届かないよ～



立位体前屈 検証①

膝に近い太もも裏を揉んでみましょう！

もみもみ...



立位体前屈 検証②

背骨の動かないところを動かしてみましょう！

ここだ！！



立位体前屈 検証③

額にテーピングを貼ってみましょう！

これで本当に変わるのかな...？



立位体前屈

手の届く距離は
変わりましたか？

伸びた！！



理学療法体験 ～立位体前屈～

理学療法では、腰が痛くて床の物が拾えないといった症状の方に対して、痛みの原因を見極めるために、このように立位体前屈をして確認することができます。

理学療法体験 ～立位体前屈～

- ①太もも裏の筋肉
- ②脊柱の動いていない部位
- ③全身の筋膜

特に大きく身体に変化が現れたものが、あなたにとって腰痛となる可能性が高いものです。



歩行の際の
足の接地を変えることで

痛みを取る
体を動かしやすくする



歩行と足

○日常生活上で頻繁に行われる運動

○足を地面に接地するため・・・

足の状態で歩きも変わる

身体の動かしやすさも変わる



足や膝の痛みの改善、
腰痛や肩こりの改善が認められることも・・・

足にテーピングを貼って、
歩行スピードの増加を感じましょう



しかし・・・

毎日テーピングを貼ることは
手間がかかる、効率が悪い

⇒リハビリにて足の機能改善
インソール作成



理学療法士の役割

歩き方のチェック

足のリハビリ
インソール作成

症状の改善



4月3日(木)

吉祥寺千賀整形外科
新規開院！

患者様に安心してご利用いただけるよう
適切な対応を心がけます。
スタッフ一同努力してまいりますので、
どうぞよろしくお願い致します。